Scritto da Adriana Cantisani
Mercoledì 02 Dicembre 2009 06:01

Ciao a tutte! La mia bimba ha 22 mesi...fino a quando è bene continuare ad allattarla?? e come smettere...???? Grazie per i consigli.

Cara Mamma, poter allattare a lungo è un ottima cosa per il benessere di tua figlia. Il latte materno è di sicuro il migliore alimento per i bambini: l'OMS (organizzazione mondiale della sanità) lo raccomanda infatti ben oltre l'anno, ricordando però che a partire dai 6 mesi la dieta dovrebbe iniziare ad includere anche del cibo solido. Una volta iniziato quindi lo svezzamento è consigliato anche fino a 24 mesi ed oltre.

Tutto questo finché c'è latte e finché la mamma è in buona salute e piena di energie: consiglio infatti di parlarne comunque con il proprio medico curante, perché allattare a lungo può debilitare o far subentrare scompensi ormonali.

Presumendo che la bambina sia già a svezzamento inoltrato e segua già una dieta suddivisa nei diversi pasti, presumo che la tua richiesta di come eventualmente smettere sia legata ad un fatto emotivo: l'allattamento come coccola, come ciuccio.

Non mi scrivi come sono suddivise le poppate, per cui ti posso dare dei suggerimenti generici. Le poppate vanno calate un po' per volta: preparati perché potrebbe anche arrabbiarsi moltissimo, ma non c'è altra soluzione. Non è ancora in grado di capire nessuna spiegazione che tu le voglia dare e mancare di decisione e coerenza la confonderebbe. Consolala e rimani calma e tenta di distrarla, quando ricerca il seno.
Nel caso percepisci che possa avere invece fame, parlane col tuo pediatra, perché se lei a 22 mesi continua a svegliarsi di notte o a volere le poppate, allora potrebbe essere che non sta mangiando abbastanza durante il giorno. Se invece si sveglia e ti vuole utilizzare come ciuccio (ovvero NON HA FAME), sta a te toglierle l'abitudine.

Non è facile, lo so, ma se tieni botta non dovrebbe durare a lungo.

Un abbraccio,

adri

Approfondimenti: Per leggere tutte le risposte della nostra tata e scriverle vai sul nostro Forum